Lucía Galán Bertrand
Cuentos de verano de Lucía, mi pediatra
Ilustraciones de Núria Aparicio
timunmas

Índice

Portada
Sinopsis
Portadilla
Con estos cuentos, Lola y su hermano Toni le dan la bienvenida al sol...
Lola tiene laringitis
Fermín el delfín
Me ha picado una medusa
La ilusión vuela en avión
Lola aprende a nadar
Créditos

Visita Planetadelibros.com y descubre una nueva forma de disfrutar de la lectura

¡Regístrate y accede a contenidos exclusivos!
Primeros capítulos
Fragmentos de próximas publicaciones
Clubs de lectura con los autores
Concursos, sorteos y promociones
Participa en presentaciones de libros

PlanetadeLibros

Comparte tu opinión en la ficha del libro
y en nuestras redes sociales:

SINOPSIS

¡Hola! Soy Lola y aquí estoy de nuevo con mi hermano Toni y nuestra pediatra favorita, Lucía, dándole la bienvenida al verano.

Juntos iremos a la playa, aprenderemos la importancia de echarnos crema para protegernos del sol y nos iremos de excursión a ver delfines. ¿Tú los has visto alguna vez? Pues en estos cuentos conocerás a Fermín el delfín y a la medusa Maruxa, que me picará y tendré que ir a ver a mi pediatra, Lucía, para que me cure. Ella me explicará un montón de cosas muy interesantes que seguro que te encantarán. Además, mi tío José, en nuestra excursión en barco, nos explicará los distintos tipos de familias que existen y lo bonito que es quererse y respetarse.

Justo antes de irme de vacaciones me pondré malita con una laringitis, pero iré a ver de nuevo a mi pediatra y me contará lo qué es. No tengo miedo de ir al médico porque Lucía me lo explica todo muy bien y nunca me hace daño.

Además, para celebrar las vacaciones cogeré mi primer avión ¡Qué emoción! Y veré a mis abuelitos en Asturias, quienes me enseñarán a nadar en su piscina. Tú sabes lo importante que es aprender a nadar, ¿verdad?

Así que ¿qué me dices? ¿Te vienes conmigo a vivir nuevas aventuras?

Lucía Galán Bertrand

Cuentos de verano de Lucía, mi pediatra

Ilustraciones de Núria Aparicio

timunmas

Lucía, mi pediatra

Desde la experiencia de mi profesión
y la sensibilidad de mi maternidad

Con estos cuentos, Lola y su hermano Toni le dan la bienvenida al sol, al calorcito, a las vacaciones y al verano. Sin embargo, a pesar de no ir al cole, Lola se pondrá malita y tendrá que ir a ver a… ¡su pediatra favorita! Lucía le explicará en qué consiste una laringitis y qué tiene que hacer para recuperarse. Pero no os preocupéis, que Lola enseguida se pondrá bien e irá de excursión con su prima a ver delfines. Y mientras pasan un día maravilloso en el mar, su tío José le explicará los distintos tipos de familias que existen y lo bonito que es quererse y respetarse.

Al llegar a la playa y darse un baño…, ¡cachis!, a Lola le picará una medusa y tendrá que volver a la consulta de su amiga Lucía para que le cure las heridas. ¿Alguna vez te ha picado una medusa? Con estos cuentos aprenderás a saber qué hacer y qué no hacer. Y, por supuesto, aprenderás cómo protegerte del sol para no quemarte y por qué tus padres insisten en ponerte protector solar.

Además, como cada verano, Lola irá a visitar a sus abuelitos a Asturias y cogerá su primer avión. ¡Qué emoción! Una vez llegue a su destino, sus abuelos le enseñarán a nadar. ¿Tú sabes? Es muy importante, ¿verdad?

¡No te pierdas las nuevas aventuras de Lola, Toni y tu pediatra favorita!

¡Empezamos!

Lucía Galán Bertrand

—Uf, no me gusta nada la tos que tiene Lola. Espero que no vaya a más —dijo la mamá de Lola mientras el papá recogía la cena.

—Tranquila, vamos a ver cómo evoluciona y, si empeora, mañana llamamos a la pediatra para preguntarle si la puede ver.

—¡Mamiiiiii! —se oyó gritar a la niña desde su habitación.

La mamá de Lola acudió y se sentó a su lado en la cama mientras le acariciaba la cabecita.

—¿Qué te pasa, hija?

—No me encuentro bien, mamá. COF, COF, COF… —dijo Lola, que más que una niña tosiendo parecía un perrito ladrando.

—Ay, cariño. Venga, voy a darte un poco de agua a ver si se te pasa, ¿vale, mi vida?

—Vale, mami —respondió Lola perdiendo la voz.

—Ups, te estás quedando afónica —comentó su madre.

La noche fue movidita. Cada hora Lola se despertaba tosiendo y llamando a sus padres.

—¡Papá! No paro de toser.

—Lo sé, cariño. Tranquila, que mañana iremos a ver a Lucía, tu pediatra, ¿vale?

—Vale, papi, para que me cure.

—Te curará, corazón, seguro —le dijo su papá mientras se tumbaba a su lado.

A la mañana siguiente se pusieron en marcha.

—Toni, vístete, que hoy te acompaño yo al cole. Mamá llevará a Lola a la pediatra, porque está malita.

—¿Qué le pasa? —preguntó él.

—Pues que tiene mucha tos; una tos muy fea, así como si fuera un perrito.

—¡Tos perruna, papá! —indicó Toni, levantando el dedo y mirando su libro de medicina.

—Humm, pues no sé, hijo. Ya te contaré. A ver qué nos dice la pediatra. Venga, vístete, que nos vamos.

Lola entró en la consulta de Lucía de la mano de su mamá, cabizbaja, con ojeras y tosiendo sin parar.

—Uy, uy, uy, Lola… ¡Qué carita me traes! —le dijo su pediatra mientras la cogía en brazos para subirla a la camilla.

La niña intentó hablar, pero no le salía la voz, estaba afónica.

—Ay, qué noche hemos pasado, Lucía. Todo el rato tosiendo. Y mira, ahora se ha quedado sin voz.

—A ver cómo toses, Lola.

—COF, COF, COF…

—Uy, ¿te has traído un perrito contigo y anda por ahí escondido? —bromeó la pediatra buscando por el suelo.

—No. Soy yo —respondió Lola levantando la mano y riéndose del

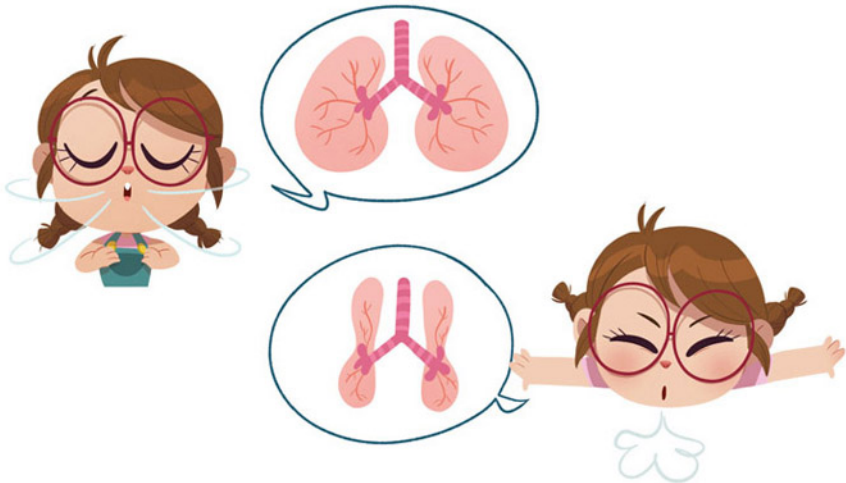
despiste de la doctora.

—¡Ay, qué tonta soy! —dijo Lucía guiñándole un ojo a la mamá de Lola—. Entonces lo que tienes es lo que llamamos tos perruna —diagnosticó la doctora.

—Mira, como nos dijo Toni. ¡Qué listo es! —sonrió la mamá.

—Vamos, cariño, voy a levantarte la camiseta para auscultarte y escuchar bien esos pulmones, ¿vale, Lola? Ya sabes que los pulmones son como dos grandes globos donde entra el aire que respiramos cargado de oxígeno. Una vez dentro, ese aire se distribuye por todo nuestro cuerpo, así nuestro corazón sigue latiendo superfuerte, y luego, expulsan el aire que ya no necesitamos. ¡Venga, respira fuerte!

Lola llenó el pecho de aire y lo expulsó por la boca mientras se imaginaba sus dos pulmones inflándose y desinflándose como dos globos.



—Muy bien, cariño. Tus pulmones están a tope. Ahora, abre la boca, que vamos a ver esa garganta.

—Pero sin palito —suplicó con una voz muy muy bajita.

—Sin palito, Lola, que tú abres la boca fenomenal y no hace falta ayudarte.

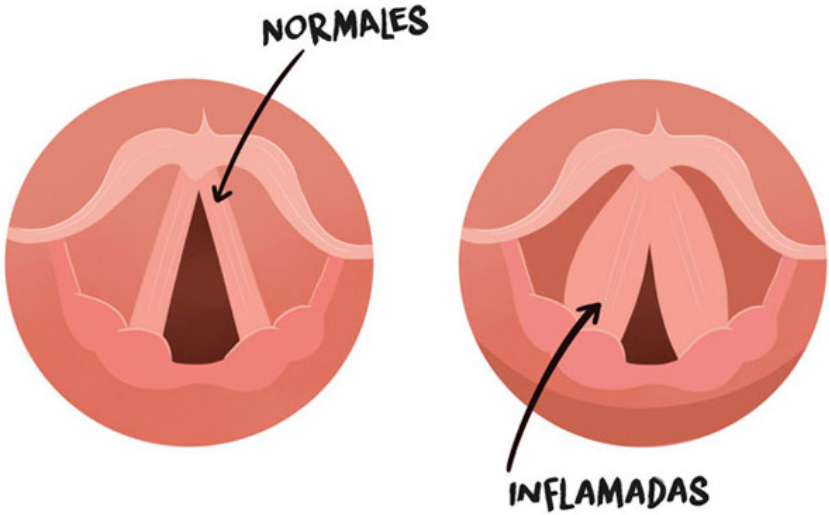
Lola abrió la boca todo lo que pudo y Lucía pudo verle hasta la

campanilla.

—¡Genial! Y ahora vamos a ver los oídos con el otoscopio, ya sabes, esta linternita.

La pediatra le enseñaba el otoscopio para que no tuviera miedo.

—Humm, qué limpios tienes los oídos, se ven perfectos. Bueno, pues ya te puedes vestir, cariño.



—¿Y bien, Lucía? ¿Qué tiene Lola? —preguntó su madre.

—Pues se trata de una laringitis, una inflamación de la laringe.

La laringe es por donde pasa el aire antes de llegar a los pulmones, y, además, ahí es donde están las cuerdas vocales. Por eso, al inflamarse toda esa zona, el aire pasa con más dificultad, lo que provoca tos. También nos podemos quedar afónicos, perder la voz y tener una tos muy muy característica, a la que llamamos tos perruna.

—¿Me voy a poner bien? —dijo Lola casi susurrando.

—¡Claro que sí, cariño! Con lo que te voy a dar, mejorarás. Si te entra la tos por la noche, mamá te sacará al balcón a respirar la humedad de la calle, o abrirá la puerta del congelador y meterás ahí la cabeza para respirar el aire frío. ¡Eso te ayudará!

—¿De verdad? —preguntaba Lola con los ojos como platos imaginándose con la cabeza dentro del congelador.

—¡De verdad! —aseguró la pediatra.

De pronto, mientras Lucía escribía en el ordenador, se abrió la puerta y entró una niña más mayor.

—Ay, perdón, que me he equivocado.

Y antes de que le diese tiempo a cerrar la puerta, rápidamente se coló un perro chiquitito en la consulta. Era tan pequeño que la pediatra ni se dio cuenta de que había entrado hasta que de pronto el animalillo empezó a ladrar.

—Pero ¡Lola! ¡Menuda tos que tienes ahora! ¡Qué barbaridad! —se asombró la pediatra levantando la vista.

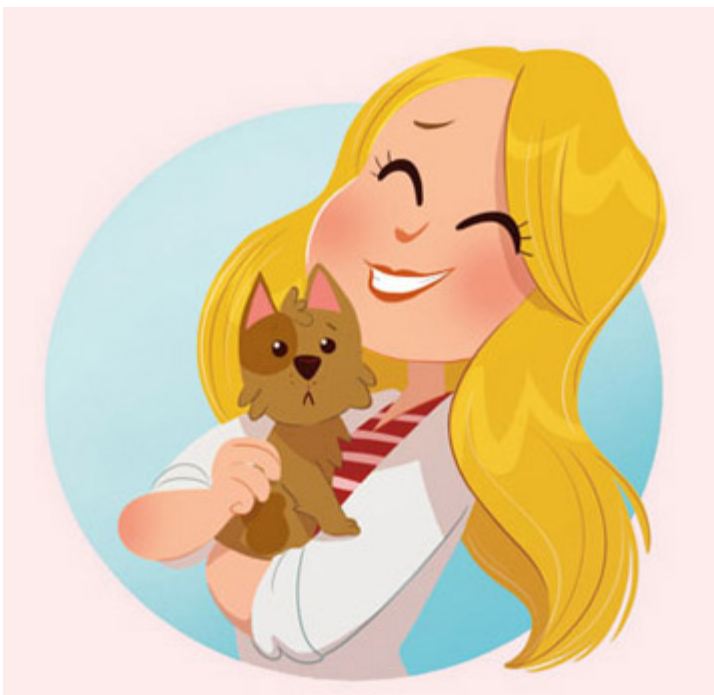
Lola y su madre empezaron a reírse ante el despiste de Lucía.

—Noooooo —dijo Lola casi sin voz—. ¡Es que hay un perro de verdad aquí dentro! —añadió señalando al cachorrito, que daba saltos intentando subir a las piernas de la niña.

Lucía no se lo podía creer. Se levantó y empezó a correr detrás del perrito para intentar cogerlo mientras Lola y su madre se reían a carcajadas de la escena.

¿Y ahora? ¿Hablamos?

- ¿Qué le pasaba a Lola?
- ¿Te has puesto malito alguna vez?
- ¿Has tenido tos?
- Cuando vas a la consulta, ¿tu pediatra te cuida y te cura?



Mensajes para llevarse a casa

La laringitis es una infección vírica muy típica en los cambios de estación: al inicio del verano y del invierno. Se caracteriza por una tos perruna y afonía. Debemos evitar ambientes muy secos y promover la humedad en el aire: abrir ventanas, salir a pasear, etcétera. En ocasiones hace falta dar a los niños antiinflamatorios para reducir la inflamación de la laringe, como puede ser el ibuprofeno y, en casos más graves, los corticoides orales.

Si el ataque de tos nos sorprende de madrugada, algo bastante habitual, conviene mantener la calma, sentar al niño, abrir ventanas, que respire aire húmedo y darle una dosis de ibuprofeno ajustada a su peso. Si no mejora, tendremos que acudir al pediatra. ¡Ánimo!

Fermín
el delfín

—¡Buenos días, Lola! ¿Cómo has dormido hoy? —le preguntó su mamá al entrar en la cocina; mientras, su papá terminaba de cortar la fruta para el desayuno.

—¡Muy bien, mami! ¡Hoy estoy feliz!

—¿Ah sí, cariño? ¿Por qué?

—Porque hoy veré a la primita Raquel. ¡Yuju!

Lola empezó a dar saltitos en la cocina, entusiasmada por el plan que sus padres habían organizado para ese fin de semana.

De pronto, Toni, con su libro de medicina en la mano, frunció el ceño y dijo:

—Pero vamos a subirnos a un barco, y en los barcos uno se marea, y si nos mareamos tendremos ganas de vomitar, y…

—Tranquilo, Toni, mi amor. Hoy el mar está muy sereno, todo irá bien, cariño —le aseguró su padre acariciándole la cabeza.

—¡Sí, y a lo mejor vemos delfines! —exclamó Lola.

—Bueno, eso es difícil —dijo su madre entre risas—. Pero ¿sabes

qué te digo? ¡Vamos a soñarlo! ¡Venga! ¡Ojalá veamos delfines! —deseó su madre cruzando los dedos.

—¡Ojalá, mami! Y se veo uno lo llamaré *Fermín* —comentó Lola mientras pinchaba la fruta con su tenedor.

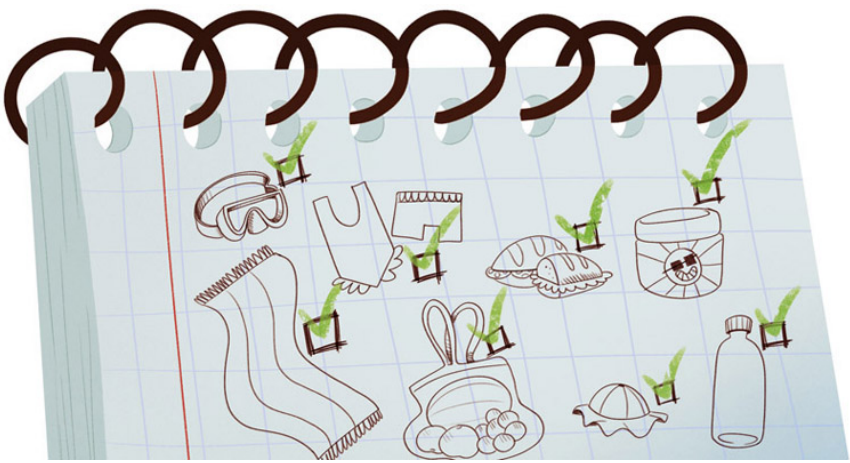
Aquella mañana hacía un sol precioso. Lola y Toni ya estaban listos.

—¿Lo llevas todo, hijo? Repasa tu lista.

Toni sacó su libreta, donde le gustaba apuntar las cosas importantes, y empezó a leer en voz alta:

—Toallas, gafas de bucear, bañador de repuesto, gorra para el sol, bocatas, bolsa de fruta, agua y, muy importante: crema de protección solar.

—Importantísima. De hecho, vamos a echárnosla antes de salir de casa, así al llegar ya estaremos protegidos de los rayos de sol —propuso el papá—. Ya sabéis que siempre hay que echarse protección solar, porque si no, ¿qué pasa?



—Que nos podemos quemar la piel —respondió Toni revisando su libro.

—¡Exacto! Y además de que la quemadura duele, podemos contraer enfermedades de la piel cuando seamos mayores. Así que es muy importante que siempre nos echemos la crema antes de salir de casa y luego cada tres o cuatro horas si seguimos al sol, ¿vale, chicos?

—¡Vale! —dijeron los dos a la vez mientras se untaban crema por todo el cuerpo.

A los diez minutos de salir de casa, ya estaban en el puerto.

—¡Raquel! ¡Raquel! —Lola salió corriendo en busca de su primita, a quien abrazó con todas sus fuerzas.

Con aquel sol maravilloso brillando en el cielo, Lola, Toni, sus papás, el tito José y Raquel subieron al pequeño barco que estaba atracado en el puerto.

—Vamos a zarpar —dijo el tito José—. ¿Estáis listos?

—¡Sí! —gritaron los tres niños.

—¿Todos os habéis puesto protección solar?

—Sí.

—¿Estáis preparados para ver a *Fermín* el delfín? —intervino la mamá de Lola

—Síííííí, sí, sí —gritaron Lola y Raquel entusiasmadas.

—¡Pues zarpamos! —dijo el tito José encendiendo el motor.

Lola, Toni y Raquel estaban realmente felices mirando a lo lejos a

ver si detectaban algún delfín.

—Si vemos a *Fermín* , veremos también a toda su familia —comentó Toni.

—¿Ah, sí? —dijo su padre—. ¿Y eso por qué?

—Pues porque los delfines van siempre juntos, en familia.

—¡Como nosotros! —observó Lola—. ¡En familia!

—Sí —dijo Raquel—. Y seguro que hay muchos tipos de familias entre los delfines. Como nosotros, papi.

La niña se levantó y fue corriendo a abrazar a su papá, que estaba sujetando el timón con fuerza.

—Eso es, cariño, como nosotros. Ya sabes que hay familias donde hay una mamá y un papá que viven en la misma casita, como tus primos Lola y Toni. Hay otras en las que hay dos mamás. Hay familias de dos papás. Las hay que solo tienen una mamá, o solo un papá. Y hay familias como la nuestra, en la que unos días estás con mamá y

otros, en casa de papi, ¿a que sí?

—Sí, papi. Y yo os quiero mucho a los dos —dijo Raquel, y le dio un beso.

—Claro —intervino Lola—. Es que lo importante es ser feliz, como dice mi mamá. No importa si es en una casa todos juntos o en dos distintas, como vosotros.

—Ya —asintió Raquel—. En mi cole hay muchos niños como yo, cuyos padres se han separado y tienen dos hogares. Y no pasa nada.

—Claro que no, hija. Somos felices, y eso es lo importante —le dijo su padre cogiéndola en brazos.

—Ay, ay, ay, ay… Mirad, mirad, que parece que el delfín *Fermín* nos ha oído —dijo el padre de Lola y Toni.

Los niños se giraron y de pronto vieron algo maravilloso.

—Pero ¡si son un montón de delfines! —gritó Lola.

—¡Sí! Y vienen hacia nosotros —observó Raquel entusiasmada.

Los animales se fueron acercando al barco hasta llegar realmente cerca. Los niños aplaudían felices.

—¡*Fermín* , *Fermín!* —lo saludó Lola—. ¡Hola, hola, *Fermín* !

Fermín el delfín daba saltos en el agua mientras tres animalillos más saltaban a su lado. Los niños no podían estar más felices.

—¡Qué bonitos son! —comentó Raquel.

—Y los otros tres delfines ¿quiénes serán? ¿Su papá, su mamá y su hermano? —propuso Lola.

—O quizá sus amiguitos —dijo Toni.

—O su padre y sus primos —añadió Raquel.

—Chicos, chicos, ¿qué más da eso? Lo importante es… —empezó la mamá de Lola—. ¡Venga, a la de tres! Uno, dos y tres.

—¡Lo importante es ser feliz! —terminaron los tres niños a la vez —. ¡Bravo, bravo!

¿Y ahora? ¿Hablamos?

- ¿Qué desayunan siempre Lola y Toni?
- Si vas a la playa o montas en barco, ¿qué debes hacer para no quemarte con el sol?
- ¿Con quién vives en tu casita?
- ¿Conoces otros tipos de familias diferentes a la tuya?

Mensajes para llevarse a casa

Los últimos datos publicados respecto al cáncer de piel son contundentes: si protegiésemos del sol a nuestros niños desde pequeños, se evitarían el 80 % de los cánceres de piel en la etapa adulta, y es que la piel tiene memoria. El exceso de sol sin protección y las quemaduras quedan almacenados en nuestro organismo y veinte o treinta años después pueden darnos el susto. Protege a tus niños y protégete tú frente a la radiación solar.

Como veis, cualquier oportunidad es buena para educar a nuestros hijos en la diversidad, en el respeto, en los distintos modelos de familias y en el amor, porque al final de lo que se trata es de ser feliz… y eso los niños lo tienen muy claro.

—Qué bien lo hemos pasado, mami —dijo Lola mientras bajaba del barco.

—Sí, cariño. ¡Ha sido genial!

—Oye, ¿qué os parece si me esperáis allí en la playa mientras termino de limpiar el barco? —propuso el tito José, manguera en mano—. Daos un bañito y haced unos castillos de arena. ¡A ver quién consigue construir la torre más alta! ¿Os parece bien? Yo voy enseguida.

—¡Sí! ¡Sí! ¡Vamos! —gritó Raquel.

Ni cortos ni perezosos, los tres niños —Toni, Lola y la prima Raquel— corrieron hacia la arena dispuestos a construir el castillo más grande de la playa y a saltar las olas.

Quince minutos les llevó a los tres hacer un castillo preciosísimo, lleno de torres y de ventanitas.

—Mira, papá, hemos hecho hasta un río —dijo Lola señalando su obra maestra.

Los padres de Lola y Toni sonreían mientras abrían el táper de sandía que había sobrado de la mañana.

—Vamos, chicos, unos trocitos de sandía y al agua, patos.

Los niños comieron la fruta de dos bocados y se fueron corriendo al agua.

—¡Quien llegue el último recoge los cubos y las palas! —gritó el papá de Lola mientras avanzaba hacia el mar.

Raquel, Toni y Lola saltaban las olas felices cuando de pronto se oyó a la pequeña gritar:

—¡Aaaaaah! ¡Me ha picado algo! ¡Me duele! ¡Me dueleee!

El padre de Lola la cogió en brazos y salió apresuradamente del agua. La dejó sobre la toalla y enseguida su mamá intentó calmarla:

—Tranquila, hija, vamos a ver qué ha pasado. No te preocupes.

—¡Es que me duele mucho! —lloraba Lola.

—Mamá, papá, eso es una picadura de medusa —sentenció Toni muy serio.

Los padres de Lola se miraron y pensaron que probablemente tuviese razón.

—Uf, pues es bastante grande. ¡Tiene toda la pierna hinchada! ¿Y si la llevamos a la pediatra, cariño? —le preguntó la mamá de Lola al papá.

—Sí, voy a llamar y vamos para allá. Mientras, le podemos echar

un poco de agua mineral, tengo aquí una botella.

—¡No! —lo detuvo Toni—. En mi libro de medicina pone que eso no se puede hacer porque provocará que le pique más todavía. Tampoco se debe tocar, ya que nos puede salir una roncha a nosotros. Hay que echar agua salada y retirar los tentáculos de la medusa con una tarjeta o algo de plástico.

—Pero ¡cuánto sabes, primo! —le dijo Raquel sorprendida.

Dicho y hecho. Mientras el papá de Lola iba a por el coche, su mamá le echaba agua de mar y le retiraba los restos con una tarjeta que había encontrado en su monedero.

En menos de diez minutos ya estaban en la consulta de Lucía, su pediatra.

—Vaya, vaya, ¿a quién tenemos aquí? Si es mi querida Lola y su hermanito Toni, que pronto sabrá más que yo de medicina —dijo la pediatra sonriendo e intentando calmar los ánimos.

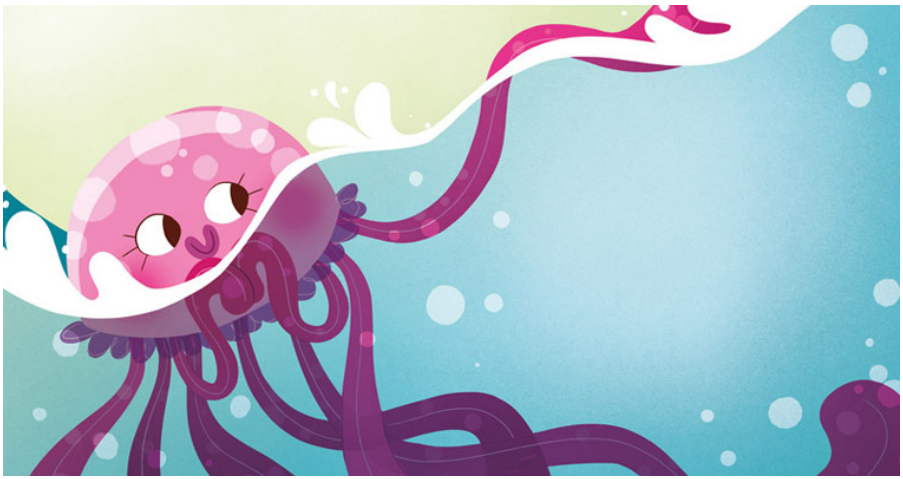
—Ay, Lucía, qué suerte pillarte hoy. Mira, creemos que le ha picado una medusa, lleva toda la pierna afectada —la informó su padre preocupado.

—Una o varias —puntualizó Toni.

Lucía observó detenidamente la pierna de Lola y confirmó sus sospechas.

—Humm, pues tienes razón, Toni. Yo creo que ha sido una medusa muy grande. Ah, ya sé quién ha sido —dijo Lucía levantando las cejas.

—¿Quién? —preguntaron los tres niños a la vez.



—La medusa *Maruxa* .
—¿La medusa *Maruxa* ? —preguntó Lola sorprendida.

Lucía guiñó un ojo a los papás de Lola y prosiguió:

—Sí, la medusa *Maruxa* , que en realidad es muy buena y muy guapa, siempre nada por las profundidades del mar, pero de vez en cuando le gusta ir a la orilla de la playa. Como es tan grande, a veces, sin querer, con sus tentáculos, roza a algún niño y, ¡zas!, le pica. Pero lo hace sin darse cuenta. Mira, ¿ves todos los tentáculos aquí grabados?

Los niños se habían quedado mudos con la historia de la medusa *Maruxa* , tanto que Lola por fin había dejado de llorar.

—¿Le habéis echado algo a estas heridas? —preguntó la pediatra.

—Sí. Mi primo, que es muy listo, nos ha dicho que no se podía echar agua de beber, solo de mar. Y eso hemos hecho, con mi cubo rojo —respondió Raquel.

—¡Pues muy bien! ¡Exacto, Toni! Nunca frotar, ni tocar. Echamos agua de mar y retiramos los tentáculos con unas pinzas o con un objeto de plástico. Ahora lo que vamos a hacer es desinfectarla y darle un jarabe a Lola para que no le pique y para que le quite un poco el dolor.

Lucía curó cuidadosamente la pierna de Lola mientras Raquel y Toni observaban entretenidos todos los pasos.

—Lola, cariño, abre la boca y tómate esta medicina, que te va a ayudar.

—¡Es que no me gusta! —sollozaba la niña.

—Pero ¿cómo sabes que no te gusta si no la has probado? —preguntó Lucía pacientemente.

—Pues porque lo sé —contestó ella enfurruñada.

—Ya, corazón, pero si quieres que te deje de picar y de doler, te la tienes que tomar. Mira, es solo este poquito de la jeringuilla. Venga, que así ya te puedes ir a casita.

Toc, toc, toc. La puerta de la consulta de pronto se abrió y apareció una niña de la edad de Lola.

—Lucía, ya me he tomado el jarabe —dijo la niña triunfante.

—¡Muy bien, Vega! —la felicitó la pediatra—. ¿Ves, Lola? Vega tampoco quería tomarse la medicina, pero al final se ha sentado un ratito en la salita de espera y se la ha terminado enterita, ¿a que sí?

Vega sonreía orgullosa por el gran logro que había conseguido.

—Sí, para que esta picadura me dejara de doler.

—¡Anda! ¿A ti también te ha picado la medusa *Maruxa* ? —preguntó Lola mientras señalaba su brazo.

—No. A mí me picado la medusa *Jesusa* . Bueno, o eso me ha dicho Lucía —comentó Vega alzando los hombros.

Los padres de Lola y la pediatra prorrumpieron en una sonora

carcajada que contagió a todos los niños presentes.

—Venga, Lola, cariño, tómate la medicina —la animó su mamá mientras le acariciaba el pelo.

—Vale, ¡por *Maruxa* y por *Jesusa* ! —gritó Lola levantando la jeringuilla con el jarabe.

—¡Por *Maruxa* y por *Jesusa* ! —corearon todos a la vez.

¿Y ahora? ¿Hablamos?

- ¿Te gusta ir a la playa y saltar las olas?
- ¿Te ha picado alguna vez una medusa?
- Si te picase, ¿sabrías qué hacer?
- ¿Cómo se llamaban las medusas del cuento?

Mensajes para llevarse a casa

Las picaduras de medusa son muy frecuentes en verano y ocurren cuando menos nos lo esperamos, así que es muy importante tener claros los pasos que debemos seguir:

- Mantén la calma. La picadura duele y tu hijo estará asustado.
- No frotes ni rasques la herida.
- Echa agua de mar. Nunca agua dulce, liberaría aún más sustancia urticariforme y le picaría más.
- Retira los tentáculos con unas pinzas, con un trozo de plástico o con una tarjeta de crédito.
- Cuando llegues a casa, echa clorhexidina o agua y jabón para desinfectar y vigila la lesión.
- Los antihistamínicos orales pueden aliviar el picor, y el paracetamol o el ibuprofeno, el dolor.
- Si tiene mal aspecto o es muy extensa, acude a tu pediatra.

La ilusión vuela en avión

—¿Qué haces, mamá? —preguntó Lola al entrar en la cocina.

—Pues aquí, señalando en nuestro calendario una fecha muy

importante. Mira, justo este día, nos vamos a… ¡Asturias!

—¡Bien! ¡Bien! A Asturias a ver a los Mininos —dijo Lola dando saltitos de alegría al saber que por fin iba a ver a sus abuelos asturianos.

—Sí, cariño, y montarás en avión por primera vez.

—¡Oooooh! ¡Qué emoción!

—Sí, Lola. Y qué ilusión, ¿verdad?

—¿Qué es la ilusión, mamá? —preguntó Toni, que estaba sentado a la mesa leyendo su libro del cuerpo humano.

—Es sentir muchas ganas de que algo ocurra y vivirlo con mucha emoción y alegría.

—Ah. Pues yo tengo ilusión por aprender todo lo que pone en este libro —dijo Toni convencido.

—¡Yo tengo ilusión de ir a Asturias! —añadió Lola.

—Y yo tengo ilusión por comerme el mejor plato de fruta del mundo: este que acabo de preparar —comentó el papá, enseñando un plato lleno de frutas variadas cortadas en pequeños trozos.

Los días fueron pasando. Lola esperaba con impaciencia a que por fin llegara el momento de subirse a ese avión y… volar.

—Quedan cinco días —anunciaba el papá todas las mañanas.

Lola se contagiaba de esa cuenta atrás e iba poniendo una cruz sobre los días en el calendario.

Quedan cuatro días.

Quedan tres días.

Quedan dos días…

Y el día llegó.

—Por fin, queda un día. ¡Niños! ¡Mañana nos vamos! ¡Yuju! —exclamó el padre de Lola levantando los brazos.

La casa era una fiesta. Todos colaboraban para preparar el viaje.

—Mami, yo ya tengo mi mochila con los juguetes que me voy a llevar en el avión —dijo Lola.

—Y yo me llevo mi libro, papá —informó Toni.

—Muy bien, chicos; yo estoy preparando bocatas por si nos entra hambre. Hale, todos a la camita, que mañana tenemos que levantarnos pronto para ir al aeropuerto.

Lola y Toni estaban entusiasmados, casi tanto como la noche de Reyes. Sus papás vivían su ilusión al máximo.

A las ocho de la mañana ya estaban todos en el taxi.

—¡Al aeropuerto, por favor! —se adelantó Lola antes de que el taxista preguntara.

—Uy, qué niña más educada. Tienes ganas de llegar, ¿verdad? —le dijo el taxista.

—Sí, es que tengo ilusión —contestó la pequeña—. Llevamos mucho tiempo soñando con este día. Por fin voy a montar en avión y voy a volar hasta Asturias para ver a mis abuelitos.

Los padres de Lola se miraban sonrientes y orgullosos de haber generado tanta felicidad en sus hijos.

—Venga, chicos, cada uno que coja su maleta. Entre todos colaboramos —los animó la mamá.

—Ay, mami, de los nervios tengo pipi —dijo Lola.

—Pues venga, vamos al baño mientras papá y Toni esperan aquí en la cola.

Lola y su mamá fueron al aseo y, cuando volvían, de pronto sonó el teléfono: videollamada de la abuelita.

—¡Hola, Minina! ¡Nos vemos dentro de nada! ¡Ya estamos en el aeropuerto! —dijo Lola hablando a la pantalla.

—Sí, cariño. Ya te veo. ¡Qué guapa!

—¡Y tú, Minina! ¡Me encanta esa camisa azul que llevas! ¡Ah, y está *Nikki* con vosotros! —dijo Lola mirando al perrito que llevaba la abuelita en brazos.

—Sí, cariño. Venimos los tres a buscaros. Venga, corre, que perdéis el avión.

—Te quiero, Minina.

Lola se despidió dando un beso al teléfono.

—¡Última llamada para el vuelo 321 con destino Asturias! —se oyó por megafonía.

—¡Vamos! ¡Que lo perdemos! —exclamó Lola preocupada.

—Tranquila, hija, ya estamos en la puerta de embarque —la tranquilizó su mamá.

—Chicas, cuánto habéis tardado. Venga, vamos a embarcar —indicó el papá.

A los pocos minutos, Lola, Toni y sus papás estaban sentados en el avión mirando con atención todo lo que los rodeaba.

—¡Ay, qué nervios! —dijo Lola cogiendo la mano de su mamá y apretando con fuerza.

—Tranquila, amor, ya verás qué divertido. Sentirás como un gusanillo en la barriguita al despegar. Es superguay —le dijo su papá

intentando calmarla.

Efectivamente, el avión encendió los motores y a los pocos minutos estaban volando entre las nubes.

—¡Papá, mamá, estamos atravesando las nubes! ¡Qué emocionante!

Lola estaba entusiasmada con todo lo que estaba viviendo.

—Venga, vamos a sacar tu mochilita y a jugar, así se nos pasa el tiempo volando.

—Ja, ja, ja… Has dicho volando, mamá. ¡Volando ya estamos! —reía Lola.

Entre pintar, hacer puzles y jugar a las cartas, el vuelo se les hizo cortísimo.

—Señores pasajeros, abróchense los cinturones, que vamos a aterrizar —se oyó en todo el avión.

Lola se abrochó el cinturón con la ayuda de su papá y se giró para mirar por la ventana.

—Ay, que creo que veo a los Mininos ahí abajo —comentó Lola.

—Cariño, es imposible que veas a los abuelos, estamos a cientos de metros de altura, no es posible distinguir a las personas. ¿No ves qué pequeñitos se ven los coches? —le dijo su papá.

—Que sí, papi, te lo prometo. La Minina lleva una camisa azul. Y mira, *Nikki* está en brazos del abuelo —añadió Lola, asegurando que veía también al perrito.

—Hija, no puede ser que veas también a *Nikki* —reía su padre.

Cuando al fin aterrizaron, Lola y Toni corrieron hacia la salida en busca de sus abuelos.

Cuando las puertas se abrieron, la sorpresa fue mayúscula: allí estaban los abuelitos de Lola y Toni, con *Nikki* en brazos del abuelo y la Minina con una camisa de color azul.

—¿Ves, ves, ves? ¡Te lo dije! —exclamó Lola señalando a sus abuelitos.

Su padre abrió los ojos como platos.

—Pero ¿cómo puede ser? —dijo sorprendido.

No entendía cómo la niña había adivinado esos detalles.

—La magia de la ilusión, cariño. Es maravilloso —contestó la mamá, guiñándole un ojo a Lola.

—Eso, papi, y es que la ilusión… viaja en avión —contestó Lola alzando los brazos simulando que volaba mientras corría a abrazar a sus abuelitos.

¿Y ahora? ¿Hablamos?

- ¿Sabes lo que es la ilusión?
- ¿Cuándo has sentido ilusión?
- ¿Y qué sentías dentro de ti?
- ¿Cómo sabía Lola el color de la camisa de su abuelita?

Mensajes para llevarse a casa

No perdáis nunca la magia de la ilusión y la magia de la inocencia infantil; la inocencia de los niños es sagrada. Casi cualquier plan que hagamos con nuestros hijos lo podemos vestir de esas ganas, de esos sueños que se pueden hacer realidad, de esos saltitos maravillosos que dan nuestros niños cuando quieren que algo ocurra ya mismo. ¡Y eso es absolutamente mágico! Llena su mochilita de momentos especiales. Convierte cada nuevo plan en una aventura, vívelo con ellos y, por una vez, mira el mundo a través de su maravillosa e inocente mirada.

Lola
aprende
a nadar

—Abuelitos, hoy por fin ha salido el sol —dijo Lola entusiasmada al ver que, tras cinco días seguidos de nubes y tormentas veraniegas, parecía que el verano había llegado al fin a Asturias.

—Sí, niños, así que venga, vamos a ponernos el bañador, que hoy toca piscina —dijo la abuelita dando palmadas y ajustándose su sombrero de paja.

—Pero… yo no sé nadar —confesó Lola mirando al suelo y haciendo un puchero.

—Pues te enseñamos, cariño. ¿Sabías que el abuelito enseñó a nadar a tu mamá cuando tenía tu edad?

—¿Ah, sí? Pues yo también quiero —dijo Lola con un brillo especial en los ojos.

—No se hable más, este verano yo te enseñaré a nadar —intervino el abuelo alzando el dedo.

Lola se levantó y le dio un abrazo de gigante a su abuelito mientras *Nikki* , el perro, daba saltitos de alegría. En ese momento, apareció por ahí su papá cargado de cosas.

—Buenos días por la mañana —los saludó.

—Pero ¿qué llevas ahí, papá? —le preguntó Lola.

—Pues la crema protectora para el sol, las toallas y tu chaleco salvavidas para la piscina.

—Yo no necesito chaleco, papi, que voy a aprender a nadar. El abuelito me va a enseñar —dijo Lola orgullosa mirando a su abuelo.

—Eso es estupendo, mi amor, pero hasta que no hayas aprendido, ya sabes que es obligatorio.

—¡El chaleco no se negocia! —intervino Toni, que parecía que no estaba en la conversación, pero que se había enterado de todo.

Una vez terminaron de desayunar, la familia al completo salió al jardín dispuesta a darse un baño.

Entonces, Lola se sorprendió al ver la piscina con una bonita valla alrededor.

—Hala, Minina, habéis puesto una valla —observó la niña.

—Sí, cariño.

—¿Por qué? —se interesó Lola.

—Porque tus primos pequeños vienen los fines de semana, y si salen corriendo hacia el agua, al encontrarse con la valla, no se caerán dentro de la piscina. Al ser tan pequeñitos y no saber nadar, se pueden ahogar, mi amor…

Lola escuchaba atenta las palabras de su abuelita.

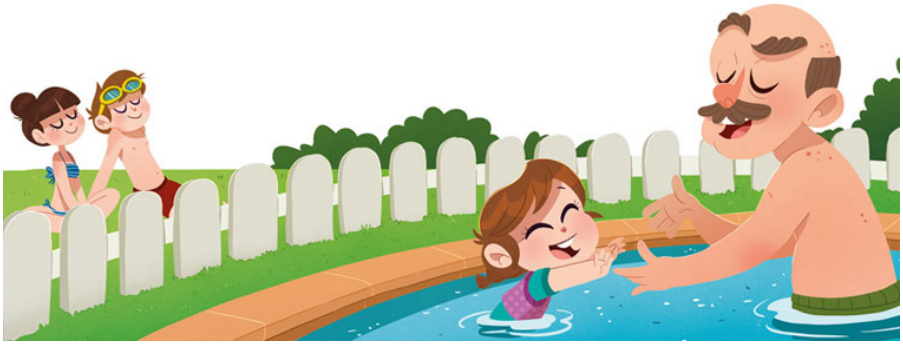
—Ah. Por eso mis papás nunca me dejan salir al jardín sin el chaleco puesto —cayó en la cuenta Lola.

—¡Exacto! De todos modos, tus padres ya saben que mientras seáis pequeños y haya agua cerca, ellos siempre tienen que estar a vuestro lado.

—¡Sí! Se ponen muy pesados con eso —se quejó Lola.

—Es que es muy importante, cariño —le dijo la Minina acariciándole el pelo.

—Bueno, menos charlar y más nadar. Vamos, Lola, que toca clase de natación —dijo el abuelo, que llevaba un bañador de flores de lo más simpático.



Los padres de Lola se habían sentado sobre la toalla y miraban entretenidos cómo el abuelito trataba de enseñar a la pequeña.

—Ahora te voy a quitar el chaleco —le dijo—. Y te voy a coger de las manos y vas a patalear fuerte con las piernas —le indicaba mientras Lola agitaba sus pequeñas piernas y salpicaba a todos los allí presentes.

—¡Más fuerte, Lola! —la animaba su mamá entre risas.

Tras más de media hora en el agua, de pronto la niña empezó a llorar.

—No sé nadar. ¡Bua! ¡Buaaa! —sollozaba—. Esto es muy difícil.

—Lola, cariño, uno no aprende a nadar en un día —le explicó su mamá, que se había acercado a la piscina.

—Ya, mami, pero es que por más que lo intento, no consigo nada.

—¡Claro que sí! Poco a poco, hija. Todo lo que merece la pena

requiere de un esfuerzo. ¿Te acuerdas de cuando aprendiste a abrocharte el babi del cole?

—Sí —dijo Lola—. ¡Me costó un poco, pero aprendí!

—Exacto. ¿Y te acuerdas de cuando aprendiste a escribir tu nombre?

—Sí, mami. Ele, o, ele, a: LO-LA.

—¡Muy bien, amor! Pues esto es igual. Si practicas un poco más, verás como en el momento menos pensado estás ahí nadando tú solita.

El abuelito escuchaba atentamente mientras la sujetaba de las manos para que no se hundiera.

De pronto oyeron un:

¡CHOF!

—¡Ay, no, *Nikki* se ha caído a la piscina! —gritó Toni.

Todos se giraron y vieron al pequeño perrito chapoteando e intentando nadar para llegar al bordillo.

—¡*Nikki* , espera, que allá voy! —gritó Lola.

Y ni corta ni perezosa, la niña soltó las manos de su abuelo y empezó a nadar todo lo rápido que fue capaz, sin darse cuenta de que era la primera vez que lo hacía ella sola.

Sus padres y abuelos observaban a pie de piscina por si en algún momento la niña necesitaba ayuda, pero no fue así. ¡La pequeña Lola lo logró! Llegó hasta *Nikki* y juntos nadaron hasta el bordillo.

—¡Bravo! ¡Bravo! ¡Bravo! ¡Lola, lo has conseguido! —gritaban sus

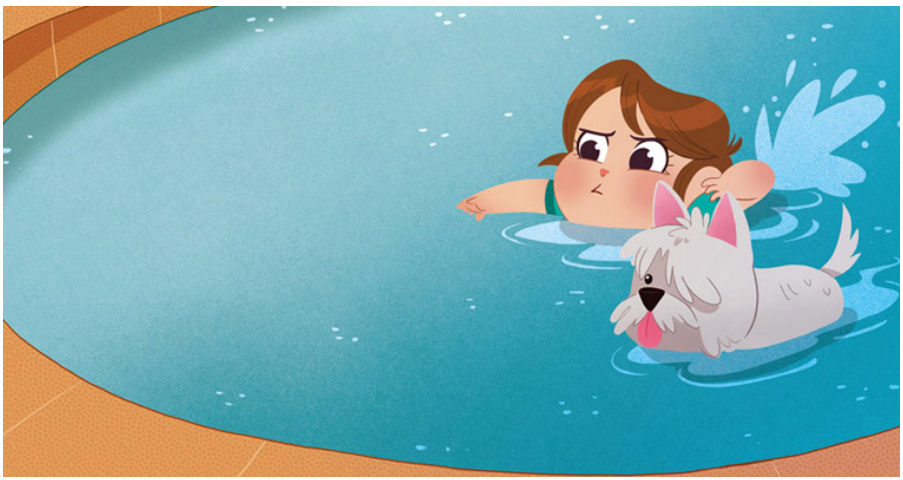
padres.

—¿El qué? —preguntó ella mientras ayudaba a *Nikki* a salir del agua y trataba de recuperar el aliento.

—¡Pues nadar tú solita! —le dijo su abuelo desde el agua.

—¡Hip, hip, hurra! ¡Hip, hip, hurra!

Y empezaron todos a celebrar que Lola, por fin, había logrado aprender a nadar.



¿Y ahora? ¿Hablamos?

- ¿Sabes nadar?

- ¿Qué se deben poner todos los niños pequeños cuando están cerca de una piscina o en una playa para que estén seguros y no les pase nada en el agua?

- Lola lloraba porque no aprendía a nadar y su mamá le explicó que todo lo que merece la pena requiere un esfuerzo. ¿Hay algo que a ti te cueste mucho trabajo?

- ¿Quién te ayuda a cumplir tus sueños?

Mensajes para llevarse a casa

En España, cada año sufrimos la pérdida de cuatrocientas cincuenta personas de todas las edades por ahogamiento, y entre veinte y cuarenta de los fallecidos son niños. Se estima que el ochenta por ciento de los accidentes infantiles son prevenibles.

No dejéis solos a vuestros hijos. Los niños menores de tres o cuatro años, aunque sepan nadar, también se ahogan. Pueden ser presa del pánico al caerse al agua y ser incapaces de salir a flote. Las clases de natación en ningún caso sustituyen la supervisión por parte de padres o familiares, especialmente en menores de cuatro años.

La presencia de los socorristas ha demostrado disminuir las cifras de ahogamientos; sin embargo, esto no implica que podamos abandonar la vigilancia.

Los sistemas de flotación más seguros son los chalecos. Evitad los flotadores redondos que usábamos cuando éramos niños, los manguitos o las burbujas de espalda.

La colocación de vallas alrededor de las piscinas podría evitar hasta el cincuenta por ciento de los accidentes.

Cuando saques a tu hijo de la bañera, quita el tapón y vacíala. Que no quede agua, ni juguetes flotando. Un despiste y el niño, al intentar coger alguno de sus juguetes, puede caerse dentro y ahogarse.

Cuentos de verano de Lucía, mi pediatra
Lucía Galán Bertrand

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal)

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra.
Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 917021970 / 932720447

© del texto: Lucía Galán Bertrand, 2022
© de las ilustraciones: Núria Aparicio, 2022
Editado por Editorial Planeta, S. A.
© Editorial Planeta, S. A., 2022
Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)
www.planetadelibrosinfantilyjuvenil.com
www.planetadelibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): mayo de 2022

ISBN: 978-84-08-25998-5 (epub)

Conversión a libro electrónico: Acatia
www.acatia.es

¡Encuentra aquí tu próxima lectura!

¡Síguenos en redes sociales!

Cuentos de otoño de Lucía, mi pediatra

Galán Bertrand, Lucía
9788408247654
80 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

¡Hola! Soy Lola, y mi hermano Toni y yo tenemos muchas ganas de que empiece el otoño. Porque ¿sabes qué ocurre en esta estación tan bonita, en la que las hojas de los árboles se caen? Pues que empezamos el cole, y yo, como millones de niños y niñas, estoy muy nerviosa. Allí hablaremos de las frutas y las verduras de temporada, y también conoceré a Álvaro, un niño con una enfermedad rara con el que descubriré que «no somos raros, somos extraordinarios». Con la ardilla Maravilla aprenderé qué puedo hacer cuando me enfado mucho… Y, además, me pondré malita y tendré que ir a la consulta de mi pediatra favorita, Lucía, quien me explicará con todo detalle y

dulzura lo que es una otitis y cómo curarla. ¿Alguna vez te ha dolido el oído? Pues ahora sabrás por qué. Lucía, mi pediatra, nos presenta cinco cuentos para compartir con nuestros peques y que entiendan mejor cómo funcionan su cuerpo y su mente durante el otoño… ¡y durante todo el año!

Cómpralo y empieza a leer

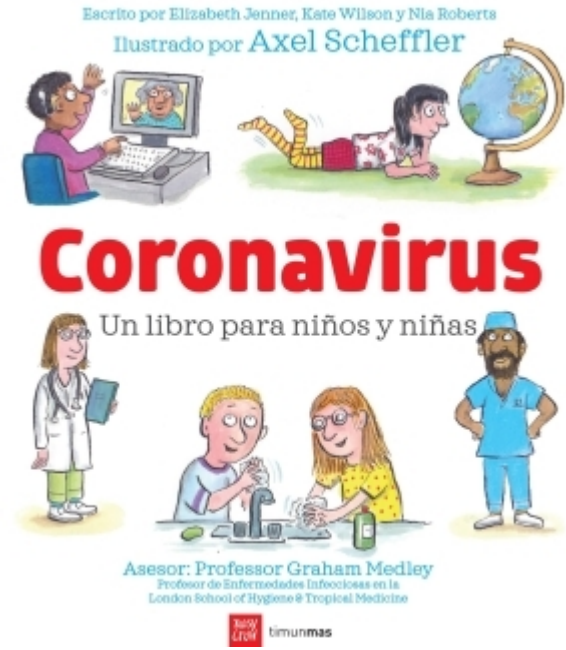
Busca y encuentra los dientes con el Ratoncito Pérez

AA. VV.
9788408162469
32 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

Miki, el primo del Ratoncito Pérez quiere organizar la exposición de dientes más grande del mundo. Para eso, el lector tendrá que ayudar al Ratoncito Pérez a encontrar los dientecitos en lugares como el patio del colegio, la biblioteca, el parque… ¿Conseguirán reunir todos los dientes para la exposición?

Cómpralo y empieza a leer



Coronavirus. Un libro para niños y niñas

Scheffler, Axel
9788408232094
49 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

CORONAVIRUS. Un libro para niños y niñas es un libro digital que TimunMas ofrece libremente a todas las familias para que los niños entiendan el coronavirus y las medidas tomadas para controlarlo. Con un lenguaje sencillo y con dibujos ilustrativos de la situación, el valor añadido de CORONAVIRUS es su rigor científico. El contenido de divulgación está pensando para niños de primaria, y cuenta con el asesoramiento del experto en enfermedades infecciosas Graham Medley, profesor de la London School of Hygiene & Tropical Medicine, así como de dos directoras escolares y una psicóloga infantil. La clave

del libro es el lenguaje simple y apropiado para niños y el formato pregunta-respuesta que contesta a las principales dudas del momento: • ¿Qué es el coronavirus? • ¿Cómo se contrae el coronavirus? • ¿Qué sucede si contraes el coronavirus? • ¿Por qué las personas están preocupadas por contraer el coronavirus? • ¿Existe una cura para el coronavirus? • ¿Por qué algunos lugares a los que solemos ir normalmente están cerrados? • ¿Qué puedo hacer para ayudar? • ¿Qué pasará después? Queremos que todo el mundo pueda leer CORONAVIRUS. Un libro para niños y niñas, por ello hemos creado un libro digital de descarga gratuita que pretende ser accesible para todas las familias interesadas en explicar la situación actual a los niños y a las niñas.

Cómpralo y empieza a leer

Teo y su familia

Denou, Violeta
9788448009397
32 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

Han llegado las Navidades y Teo y su madre visitan a papá en el trabajo. Cuando vuelven a casa, papá prepara la cena y Teo le ayuda poniendo la mesa. Pero pronto tienen visita, porque los amigos del padre de Teo acuden a ver la retrasmisión de un partido de fútbol. Al día siguiente, la familia de Teo prepara las maletas para pasar las Navidades en casa de los abuelos. Aunque, antes de marcharse, Teo pasa por unos grandes almancenes para entregar la carta a Papá Noel. TEO DESCUBRE EL MUNDO es una colección para niños de edades comprendidas entre los 2 y los 7 años. Sus libros pretenden estimular la imaginación del lector a partir de diferentes centros de interés. De

la mano de Teo, el niño podrá identificarse con los distintos personajes y situaciones, y revivirá escenas de su vida cotidiana. Además, los títulos de la colección TEO DESCUBRE EL MUNDO contienen, en sus páginas finales, una Guía Didáctica para ayudar a padres y educadores a despertar la curiosidad infantil por las cosas, hechos y personajes del mundo que rodea al niño. Áreas de aprendizaje: Familia, vocabularios, Educación para la convivencia

Cómpralo y empieza a leer

Un paseo con papá

Denou, Violeta
9788448009830
32 Páginas

Cómpralo y empieza a leer

¡Soy Teo es una colección pensada para los niños que empiezan a leer. Los breves textos que acompañan las ilustraciones, así como el tipo de letra utilizada –mayúscula y caligráfica-, los ayudan a iniciarse en tan importante hábito. Las palabras seleccionadas y extraídas de las frases y los dibujos que las acompañan permiten al lector centrar su atención en ellas e incorporarlas en su vocabulario. ¡Que divertido es salir a pasear con papá! Además compran un cuento, Teo pasa un buen rato con Kim en el parque y deciden llevarle una sorpresa a mamá. ¿Qué es? Descúbrelo leyendo las páginas de este libro.

Cómpralo y empieza a leer